



Tételes étlap 2026.02.09. - 2026.02.15.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 02. 09. hétfő	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			EUROFOOD baromfifrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
			Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	1,52	0,60		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Sárgaborsó leves pulyka O*	843,65	201,83	13,19	8,03	1,56	18,89	0,00	1,28		
			Darás metélt Ovi*	1 384,05	331,11	9,85	5,66	0,73	59,79	5,00	0,71		
			Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	10,70	0,00		
			Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		U	Pizzás stangli 80g	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
			Összesen:	4 678,88	1 119,34	42,88	23,71	6,77	172,69	29,07	4,38		
2026. 02. 10. kedd	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Zsemle hosszú 60g	576,84	138,00	4,74	0,42	0,06	28,20	0,60	0,66		
		E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
			Kakukkfűves Csirkemell O*	605,51	144,86	20,27	5,52	0,74	3,40	0,01	0,55		





2026. 02. 10. kedd	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	E	Zöldborsófőzelék O*	980,19	234,50	14,21	5,59	1,07	31,28	1,00	0,63	 	
			Rozsos kenyér	303,90	72,70	1,98	0,24	0,03	15,00	0,15	0,45		
		U	Kalács kakaós	706,42	169,00	4,15	3,80	1,75	29,50	0,16	0,35	        	
			Összesen:	3 880,25	928,29	51,69	23,42	5,17	124,23	10,13	4,44		
2026. 02. 11. szerda	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
			Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	106,65	25,51	1,01	1,95	0,00	0,98	0,45	0,14		
			Kifli, korpás 50g	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90	       	
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Tavaszi leves O*	240,11	57,44	1,48	3,02	0,33	5,67	0,02	0,75		
			Olaszos pulyka O*	668,44	157,72	12,82	10,43	2,42	3,49	0,30	0,76		
			Párolt rizs O*	1 084,84	259,53	4,84	5,78	0,68	46,77	0,01	0,30		
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 446,28	346,00	8,30	8,00	3,60	66,00	12,00	0,75	        	
			Összesen:	4 671,89	1 111,56	35,69	30,68	7,50	176,30	14,66	3,61		
2026. 02. 12. csütörtök	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Teljes kiőrlésű kakaós csiga 1	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50	        	
		E	Burgonyaleves magyaros O*	387,52	92,71	2,15	3,03	0,33	14,15	0,10	0,85		
			Pulyka nuggets O*	888,49	212,56	10,80	18,23	0,85	0,18	0,00	2,25		
			Zöldbabfőzelék O*	637,10	152,42	5,43	6,64	1,93	17,29	0,87	0,62	 	





2026. 02. 12. csütörtök (00494) Sertéshús mentes 4-6 év	E	Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48	 	
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Párizsi sajtos, baromfi	200,42	47,95	2,60	3,80	1,41	0,78	0,00	0,39	   	
		Zsemle kukoricás 60g	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93	            	
		Összesen:	5 945,84	1 422,46	46,76	50,71	14,60	171,69	24,38	6,44		
2026. 02. 13. péntek (00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27	 	
		Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Szel.Trap.sajt, zsíros	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	   	
		Kenyer teljes kiörlesú, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39	   	
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E	Csurgatott tojás leves ovi*	360,25	86,18	3,55	5,94	1,02	4,54	0,13	0,37	   	
		Natúr Csirkemell ovi tojás	669,71	160,22	18,24	7,27	0,91	5,28	0,00	0,92	 	
		Hagymás törtburgonya ovi	862,38	206,31	4,62	4,08	0,47	36,83	0,00	0,81		
		Párolt káposzta O*	268,24	64,17	1,18	3,86	0,44	6,02	2,00	0,51		
	U	Joghurt, görög 150g 8% zsírt.	821,37	196,50	3,60	12,00	8,40	18,00	16,50	0,17	 	
		Zabpelyhes keksz 50g	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	            	
		Összesen:	5 211,10	1 246,66	51,63	55,94	20,06	131,17	28,62	4,14		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

